

YEMEK PLANI

KAHVALTI

YUMURTA
EKMEK
BAKED BEANS MANTAR*MENEMEN
MEYVE SUYU*KAHVE*ÇAY*TAHİN PEKMEZ*BAL*DOMATES
PEYNİR*ZEYTİN*REÇEL
SOSİS*SUCUK*PASTIRMA

ÖĞLE YEMEĞİ

MAKARNA*BULGUR PİLAVI*PİRİNÇ PİLAVI*ERİŞTE
ÇORBA//MERCİMEK*DOMATES*TARHANA*TAVUK ÇORBASI
YOGURT
TURŞU
SÜTLÜ TATLI

AKŞAM YEMEĞİ

SEBZE HAŞLAMA//BROKOLİ*HAVUÇ*KIRMIZI BİBER*PATATES*KABAK*MISIR
BAKLİYAT//NOHUT*FASULYE*BEZELYE*MERCİMEK*TAZE FASULYE*BARBUNYA
ET//HAMBURGER*TAVUK GÖGSÜ*KÖFTE*BALIK*BİFTEK*KEBAP
SALATA//DOMATES*SOGAN*MAYDONOZ*SUMAK*ZEYTİNYAGI*NAR EKSİSİ
MEYVE SUYU* AYRAN*GAZOZ

ARA ÖGUN

MEYVE
KARIŞIK KURUYEMİŞ